

LES ATELIERS DU RÉTABLISSEMENT EN SANTÉ MENTALE GRAND EST

EDITION SPORT

28 & 29 NOVEMBRE 2024

en mouvement pour
mon rétablissement



PRÉ-PROGRAMME

INSCRIPTIONS GRATUITES



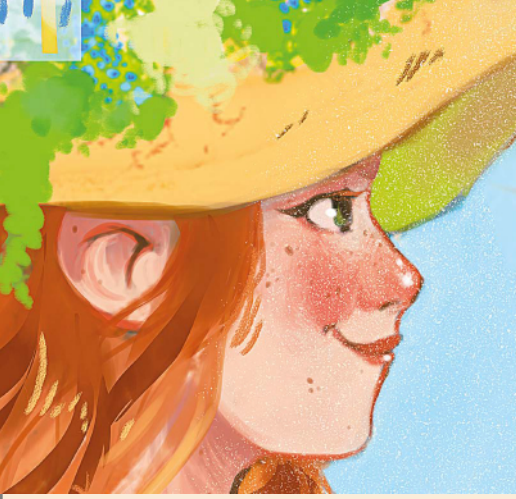
REPAS OFFERTS



PAVILLON JOSÉPHINE PARC DE L'ORANGERIE
AV. DE L'EUROPE, 67000 STRASBOURG

À l'initiative de :





LES ATELIERS DU RÉTABLISSEMENT EN SANTÉ MENTALE GRAND EST EDITION SPORT

En mouvement
pour mon rétablissement !

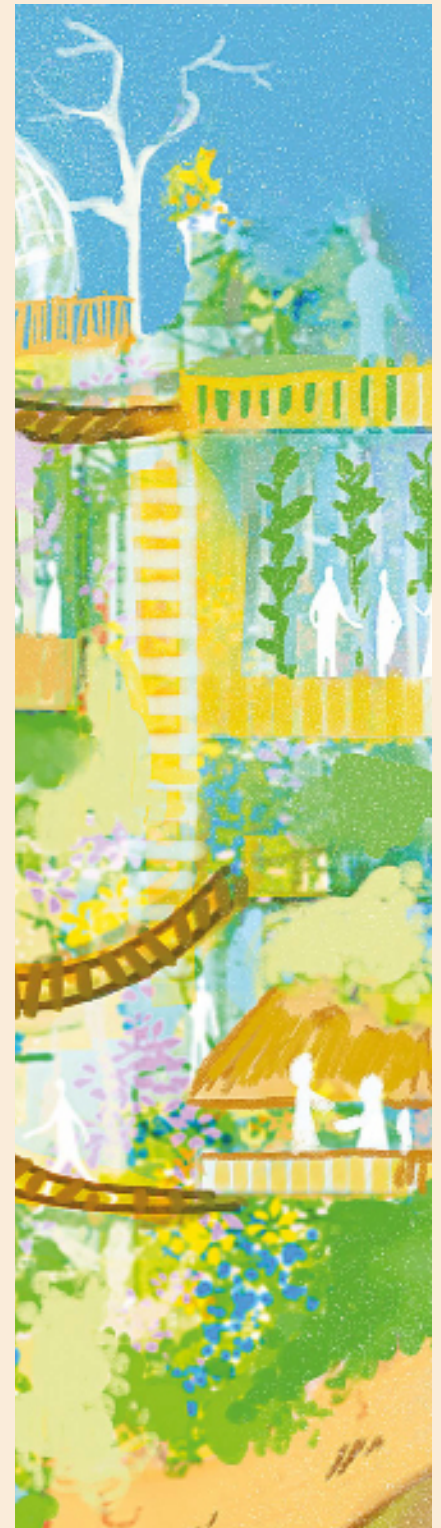
Une personne sur quatre souffrira au cours de sa vie d'un épisode de trouble psychique. C'est dans ce cadre que Santé Mentale France et la Fondation de France s'associent pour soutenir les pratiques en santé mentale qui placent l'humain au cœur de son parcours de vie et de soin. À travers le cycle de rencontres régionales des Ateliers du rétablissement, nous proposons de rassembler et de valoriser les pratiques inspirantes et innovantes dans le domaine du rétablissement en vue de partager des clefs concrètes pour leur mise en œuvre.

Ni colloques, ni conférences, ces rencontres se veulent un temps d'échange participatif et citoyen, pour les personnes concernées, les soignants, les accompagnateurs sociaux et médicaux sociaux, les familles, au sein des associations, entreprises, collectifs et institutions publiques... qui font de la pratique du rétablissement leur quotidien.

Après avoir organisé en 2022 la première édition des Ateliers Grand Est en partenariat avec le CREHPSY Grand Est, Santé mentale France et la Fondation de France, les acteurs locaux du Comité de Pilotage ont décidé d'amplifier la dynamique créée pour continuer de valoriser les pratiques orientées rétablissement afin de développer leur essaimage en 2024.

En cette année olympique, promouvoir les activités physiques et sportives auprès des personnes concernées par les troubles psychiques paraît évident. Les bienfaits de l'activité physique et sportive sur la santé physique et mentale des personnes vivant avec des troubles psychiques sont aujourd'hui bien établis. Ils sont d'autant plus importants que ces personnes sont le plus souvent sédentaires et ne pratiquent pas d'activité physique régulière. L'activité physique et sportive est une partie intégrante du rétablissement. C'est un puissant facteur de bien-être, d'estime de soi, d'épanouissement, d'autodétermination et d'inclusion sociale.

Nous vous remercions pour votre présence et votre participation active à cette journée.



Dr Denis LEGUAY
Président
Santé mentale France

Charles NECOL
Président
Santé mentale France
Grand Est

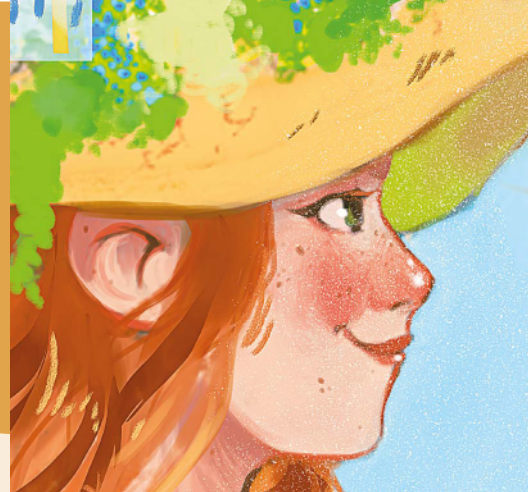
Administrateur
CREHPSY Grand Est

Alexandra KURKDJIAN
Responsable
Programmes Santé et
Recherche Médicale
Fondation de France



Pré-programme

Jeudi 28 Novembre



9h30

Accueil des participants

10h00

Discours d'ouverture

10h30

Témoignage d'une personne inspirante
Questions/réponses

11h00

Les bienfaits de l'activité physique
chez les personnes vivant avec
des troubles psychiques

Professeur Jean-Marie DANION

Président de l'association Route Nouvelle Alsace

11h40

L'activité physique comme véritable
anti-dépresseur ? Études sur
le territoire national

Fabien Legrand, Maître de conférences

à l'Université de Reims

12h15

PAUSE DÉJEUNER

Repas offert pour l'ensemble des participants

13h15

Introduction de l'après-midi

13h30

Témoignage d'une personne inspirante
Questions/réponses

14h00

En mouvement pour
mon rétablissement : quels partenariats ?

Table ronde

14h45

Pause et réveil musculaire

15h00

La prévention,
en mouvement pour demain !

Table ronde

15h45

Conclusion de la journée

16h15

Fin de la journée



**LES ATELIERS
DU RÉTABLISSEMENT
EN SANTÉ MENTALE
GRAND EST
EDITION SPORT**

Pré-programme

Vendredi 29 Novembre

9h30

Accueil des participants

10h00

Introduction en plénière et
Témoignages de personnes inspirantes

10h45

PAUSE

11h00

Ensemble, tous en mouvement !
Activité collective : Marche et gym douce

12h00

PAUSE DÉJEUNER

Repas offert pour l'ensemble des participants

13h00

Introduction de l'après-midi

13h30 - 16h30

Plateau d'activités

Détails des différentes activités à venir

Stands de présentations :

Marche, Activité physique adaptée, Jardins sur ordonnance, Témoignages de personnes concernées par les troubles psychiques

Ateliers de démonstrations :

Football, Basket, Qi gong, Gym douce, Arts martiaux, Course à pied, Marche, Danse, Apnée au sec, Badminton, Disc golf, Jeux de balles etc...

16h30

Clôture de l'événement

Infos pratiques

Inscriptions



Vous rendre aux Ateliers du rétablissement Grand Est

L'événement se déroule au

[Pavillon Joséphine, parc de l'Orangerie, avenue de l'Europe 67000 STRASBOURG](#)

En transports en commun

Arrêt Droits de l'Homme (tram E) ; Arrêt Conseil de l'Europe (bus 30, 72 et L6)

En véhicule : Possibilité de stationnement autour du Parc de l'Orangerie

Repas

Repas froids type pique-nique (végétariens et carnés) gratuits prévus pour l'ensemble des participants, avec sandwich. Pour des raisons de coûts les repas ne sont pas adaptables, merci de prévoir en conséquence si nécessaire.

LES ATELIERS DU RÉTABLISSEMENT EN SANTÉ MENTALE GRAND EST EDITION SPORT

en mouvement pour
mon rétablissement



Soutiens financiers



PTSM 67



Soutiens opérationnels

